PANNA COTTA CARDAMOME

En cas de diarrhée, ce dessert léger et onctueux pourra vous soulager.

Temps de préparation : 15 min - Temps de cuisson : 10 min - Temps de repos : 4 h

Ingrédients (10 petites verrines)

- 4 cosses de cardamome
- 150 g de chocolat blanc haché
- ½ gousse de vanille fendue en deux
- 20 cl de crème liquide
- 10 cl de lait
- 2 feuilles de gélatine

Préparation

Piler les graines de cardamome dans un mortier.

Dans une casserole : verser la crème et le lait, la cardamome et la vanille. Porter à ébullition puis laisser infuser 10 minutes hors du feu.

Pendant ce temps, hydrater la gélatine dans un bol d’eau froide et laisser reposer 5 minutes.

Passer la crème au chinois et la verser sur le chocolat blanc haché. Remuer jusqu’à obtention d’une texture homogène.

Ajouter les feuilles de gélatine essorées. Bien mélanger.

Verser dans des verrines et laisser prendre au réfrigérateur pendant 4 heures.